

ABSTRAK

Dismenorea merupakan keluhan ginekologi paling umum pada perempuan yang datang ke klinik atau dokter. Hampir semua perempuan mengalami rasa tidak nyaman selama haid, rasa tidak enak di perut bagian bawah dan disertai mual, pusing, bahkan pingsan, untuk itu dipilih upaya mengatasi nyeri dengan kompres hangat. Penelitian bertujuan untuk mengetahui pengaruh kompres hangat terhadap *dismenorea* pada Mahasiswa Prodi DIII Kebidanan Semester IV FKK UNUSA.

Desain penelitian *Quasi Experimental Pre-Posttest Control Group Design*. Populasi mahasiswa prodi DIII kebidanan semester IV yang *dismenorea* 96 responden. Besar sampel 40 responden, secara *simple random sampling*. Variabel independen kompres hangat, variabel dependen *dismenorea*. instrument menggunakan *hot pack*, SOP dan lembar observasi, analisis data menggunakan *statistic wilcoxon* dengan kemaknaan $=0,05$.

Hasil penelitian sebelum kompres hangat dari 20 responden kelompok perlakuan hampir setengah (40%) atau 8 responden termasuk sedikit lebih nyeri, sedangkan sesudah kompres hangat hampir setengah (45%) atau 9 responden termasuk nyeri hanya sedikit. Hasil analisis didapatkan $=0,000 < =0,05$. Pada kelompok kontrol (*pre*) hampir setengah (35%) atau 7 responden termasuk sedikit lebih nyeri dan jauh lebih nyeri, kelompok kontrol (*post*) hampir setengah (45%) atau 9 responden termasuk sedikit lebih nyeri.

Simpulan penelitian adalah ada pengaruh kompres hangat terhadap *dismenorea*. Mahasiswa saat mengalami *dismenorea* dianjurkan melakukan kompres hangat.

Kata kunci : Kompres Hangat, *Dismenorea*